

## LA EDUCACIÓN DIABETOLÓGICA, PIEDRA ANGULAR PARA LA CALIDAD DE VIDA Y LA SOSTENIBILIDAD DEL SISTEMA SANITARIO

Las tasas de incidencia y prevalencia de la diabetes están aumentando en todo el mundo. Solo en España, se diagnostican **más de mil casos al día de diabetes tipo 2**, cerca de **386.000** al año. Los cambios que están sucediendo en las sociedades a nivel mundial, como la evolución hacia hábitos de vida más sedentarios o el consumo de alimentos ultraprocesados son algunas de las causas que, según apuntan los expertos, están detrás de este avance. En este contexto y teniendo en cuenta que, en 2021, **nuestro país destinó 3.500 € por persona a cuidados relacionados con esta patología**, según las estimaciones de la Federación Internacional de Diabetes (IDF), resulta lógico mostrar preocupación por la presión ejercida sobre nuestro Sistema Nacional de Salud.

¿Podemos hacer algo al respecto? Desde la Federación Española de Diabetes (FEDE) creemos que sí, si se establecen las adecuadas **medidas de atención y prevención sanitarias, así como los espacios de formación diabetológica** necesarios para las personas con diabetes.

### Educación diabetológica, un territorio común

Cuando hablamos de educación diabetológica, nos referimos a algo tan sencillo como que el paciente comprenda **en qué consiste su patología y cuáles son sus implicaciones**. Es importante que conozca los problemas de salud asociados a un inadecuado control de la diabetes y que abarcan desde complicaciones cardiovasculares hasta nefropatías o problemas hepáticos, entre otros. Una correcta educación diabetológica, además, le permite entender cómo sus hábitos de vida afectan directamente a la evolución de su patología, permitiéndole **tomar decisiones conscientes y positivas en relación a su alimentación y su rutina**. Cuanta más información reciban las personas con diabetes acerca de su patología, más facilidad tendrán para tomar el control e involucrarse en sus propios cuidados, incrementando la **adherencia al tratamiento**.

La educación diabetológica no es solo unidireccional, sino que tiene como punto de partida **un entorno de participación** en el que profesionales sanitarios y pacientes puedan intercambiar sus impresiones y preferencias. Por parte de los sanitarios, será necesario realizar un **seguimiento terapéutico individualizado** del paciente, que ponga atención en sus

necesidades específicas. Que puedan asesorarle y acompañarle en el proceso. También, y este es otro aspecto en el que conviene incidir, sería conveniente mejorar la capacidad de diagnóstico **precoz de la patología**, con el fin de reducir complicaciones.

Pero la educación diabetológica no solamente proviene de un médico en una consulta, como a veces se tiende a pensar. Son varios los actores que pueden ofrecer esta formación, en calidad de Agentes Educativos: también la figura de la enfermera escolar, en los centros educativos; o los propios pacientes, adecuadamente formados en diabetes. **Y, como no podía ser de otra manera, también las asociaciones de pacientes se revelan como actores fundamentales en este sentido**, ofreciendo ese apoyo individual y grupal que tanto necesitan las personas con diabetes.

Se trata, en definitiva, de un trabajo común, en el que todas las voces son igualmente indispensables. También lo es el compromiso por parte de las Administraciones Públicas competentes en materia de salud. Es la Administración la que, **mediante la apuesta por iniciativas de formación en salud, tiene la capacidad de mejorar, de forma directa, la calidad de vida de las personas con diabetes**. Y de forma indirecta, la de todos los usuarios del SNS, por medio de la reducción de los recursos económicos y humanos destinados a las complicaciones de la diabetes. Desde la Federación Española de Diabetes (FEDE) seguimos trabajando, en este sentido, para no darle la espalda a ese bien de primera necesidad que es la educación diabetológica.

Juan Francisco Perán,  
Presidente de la Federación Española de Diabetes (FEDE)